

ॐ

માંગની માવજત.

લેખક

ડાક્ટર રતિલાલ હરિલાલ કંસારા

એમ. બી. બી. એસ.

ફીઝીશીયન, સરજન

અને

ચાંખના ખાસ ડાક્ટર.

વિસનગર.

પ્રથમ ૧૯૮૨

પ્રત રૂ૦૦૦

સન ૧૯૨૫.

[સર્વલક્ષ્મી સ્વામિન.]



મુદ્રણસ્થાન:—જ્ઞાનમંદિર મુદ્રણાલય, રાયપુર—અમદાવાદ.

મુદ્રક:—શંકરરાય અમૃતરાય સહીયડ.



ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગુજરાતી કોપીરાઈટ્સ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૧૨૪૭૭-૮ વર્ગીક

પુસ્તકનું નામ યાત્રાના મંથન

વિષય ૩૩૮૫:૪:૬



આંખની માવજત.



આંખ-કાલના જમાનામાં મનુષ્યો પોતાના મોજ-
ખાખનાં સાધનોની ઘણીજ દરકાર રાખે છે, પરંતુ તેઓ
તાતાનાં, શરીરનાં રત્નોરૂપી પોતાના નેત્રોની તેટલી દરકાર
રાખતા નથી. માણસ પોતાની જીંદગીમાં જે જે પ્રવૃત્તિઓ
કરે છે તેનું મુખ્ય સાધન આંખ હોય છે. આંખ વડે
જીંદગી ચેતનમય રહે છે. જે લોકોની આંખો નષ્ટ થએલી
હોય છે, તેમનું જીવન નિઃરસ થાય છે અને તેમને પરવશ
થઈ રહેતું પડે છે.

આંખની રચના ઘણીજ નાજુક છે. આંખને અને
મગજને બહુ ઘાડો સંબંધ છે. તેથીજ આંખ તે શરીરનું
ખાસ રત્ન ગણાય છે. આંખના બિન્ન બિન્ન પક્ષોની
જમત-નિયંત્રણે એવી ગોઠવણ કરેલી છે કે તેમાં બહારના
પ્રકાશનો પ્રવેશ થવાથી આંખ બહારના પદાર્થોનું પ્રતિબિંબ

પડાય છે, અને તે પ્રતિષ્ઠિત મગજના જ્ઞાનતાંત્ર દ્વારા માણસને બહારથી જોયેલા પદાર્થનું જ્ઞાન કરાવે છે. આ ક્રિયા બરાબર ચાલુ રહેવા માટે આંખના તમામ પડદા (અવયવો) નિરોગી રહેવાની આવશ્યકતા છે. આ ઉપરથી દરેક જણને ખ્યાલ આવશે કે આંખના બિન્ન બિન્ન પડદા તથા અવયવોમાંથી કોઈ પણ ભાગ કોઈ પણ કારણથી બગડ્યો હોય તો ઉપર જણાવેલી ક્રિયાનો ભંગ થાય છે, જેના પરિણામે માણસની નજરમાં ખામી આવે છે.

આંખનાં દરદો શરૂઆતમાં નજીવાં જેવાં લાગે છે, પરંતુ તેની વેળાસર સારવાર કરવામાં આવે નહિ તો તેજ નજીવાં દરદો વ્યાપી જવાથી ભયંકર પરિણામ આવે છે, અને દિન પ્રતિ દિન આંધળા માણસોની સંખ્યા વધતીજ જાય છે. અમારી અનુભવસિદ્ધ માન્યતા છે કે આંખના ઘણાં ખરાં દરદો એવાં છે કે તેની વેળાસર સારવાર કરવામાં આવે તો તે દરદો સરળતાથી મરી જાય છે અને અવિધ્યનાં આંધળા માણસોની સંખ્યામાં ઘણો ઘટાડો થઈ શકે તેમ છે.

મજૂર વર્ગના માણસો તથા કારીગર વર્ગ, ખેડૂત વર્ગ વિગેરે જેઓ પોતાના દરદોજના કામ ધધામાં મચી રહેલા હોય છે, તેઓ પોતાની આંખનાં દરદો જે શરૂઆતમાં

નજરાં જેવાં લાગે છે તેની સારવાર કરાવવા માટે પોતાના કામ ધંધા છોડી વખત ગુમાવવો યોગ્ય ગણતા નથી. પણ જેમ જેમ વખત જાય છે તેમ તેમ દરદ વ્યાપી જાય છે અને કાં તો આંખે કળતર થવાથી અથવા આંખની નજર આંખી પડવાથી પોતાના કામ ધંધામાં હરકત થતી હોય ત્યારે ચાકીને પોતાની આંખની સારવાર કરાવવા ફાંફાં મારે છે. આવી સ્થિતિમાં તેમને શરૂઆતમાં જેટલો લાભ મળે શકે તેટલો લાભ મળતો નથી, અને પોતાની આગસ અથવા તો અજાનતાના પરિણામે આંખમાં ઘોડું ઘણું નુકસાન હંમેશ માટે વેડવું પડે છે. કેટલાક દરદી એવા જેવામાં આવે છે કે તેઓની આંખમાં શું દરદ છે તેનું નિરાકરણ ન થવાથી તેઓ અજાણતામાંજ પોતાની આંખો ગુમાવે છે. આવા દરદીઓને પોતાના સ્નેહી સંબંધી અથવા ઓળખીતાઓમાંથી કોઈ કહે છે “તને મોતીઓ પડ્યો છે,” કોઈ કહે છે “તને ઝામરો ઉતરે છે,” કોઈ કહે છે કે “તને પડળ આવ્યાં છે” અને કોઈ કહે છે “હારાઈ આવી છે” આવા જુદા જુદા અભિપ્રાયો સાંભળી દરદી ધણો ગભરાય છે. તે કાંતો હારાઈ ઉતરાવે છે, અથવા તો ઝામરો મંતરાવે છે, અથવા તો મોતીઓ કાઢી જાણી

પોતાને દેખાતું બંધ થાય ત્યાં સુધી બેસી રહે છે. પરંતુ શરૂઆતથીજ તેને આંખના ડાક્ટરની સલાહ લેવાનું સુઝતું નથી. પોતે ધરગથ્ય ઉપાયો કરવામાં અમૂલ્ય વખત ગુમાવે છે. છેવટે જ્યારે પોતાની આંખે અસહ્ય દરદ થાય છે, અથવા તો દેખાતું બંધ થાય છે ત્યારે તેને આંખના ડાક્ટરની સલાહ લેવાની જરૂર લાગે છે. આટલી મોડી સારવાર કરાવવાથી તેને પૂરેપૂરો ફાયદો થતો નથી, પણ તેની આંખના ભિન્ન ભિન્ન પડદાઓમાં જેટલું ચેતન બાકી રહ્યું હોય છે તેટલા પ્રમાણમાંજ તેને લાભ થાય છે. આવા અનેક પ્રકારના દાખલા દરરોજ જોવામાં આવે છે. આ ઉપરથી સમજવામાં આવશે કે એવા કેટલાએ આંખના દરદી છે કે જેઓ પોતાની આળસ અથવા તો અજ્ઞાનતાને લીધેજ અંધાપો વેડી રહ્યા છે.

જેમ મનુષ્યશરીરમાં અનેક પ્રકારનાં દરદો થાય છે તેમજ આંખમાં પણ અનેક પ્રકારનાં દરદો થાય છે. આંખના દરેક દરદની પૂરેપૂરી માહિતી તથા સારવારનો આ લઘુ પુસ્તકમાં સમાવેશ થઈ શકે નહીં માટે આંખનાં અનેક દરદોમાંથી થોડાંક મુખ્ય દરદો જે હંમેશાં જોવામાં આવે છે અને જે દરદોની બેદરકારી રાખવાથી લોકો આંધળા

થાય છે તે દરદો વિશે દૂંધ માહિતી નીચે પ્રમાણે છે:-

૧. બ્લેકેરાઇટીસ. (વાખદનું દરદ)

આંખનાં પોપચાં ઉપર આ દરદ થાય છે. આમાં આંખના અન્ને પોપચાંની કિનારી ઉપર સોળે રહે છે તથા તેટલો ભાગ આળો રહે છે. તે જગાએ ખરજવા જેવી ચાંદીઓ પડે છે અને પોપડા ઉખડે છે, તથા વરગાટ પણ આવે છે. તે ભાગ મસળવાથી પાંપણોના વાળ ખરી પડે છે અને આંખો હંમેશ માટે ગંદી રહે છે તથા બેડોળ દેખાય છે; એટલુંજ નહીં પણ આંખો ગંદી રહેવાને કીધે ખીન્ન યેપી દરદો તે આંખમાં જલદી લાગુ પડે છે. આ દરદનો વેળાસર ઇલાજ કરવાથી તે પૂરેપૂર્ણ નાશુદ થાય છે તથા આંખની શોભા કાયમ રહે છે.

૨. ખીલનું દરદ તથા તેનું પરિણામ,

આંખના પોપચાંની અંદરના પડ ઉપર ખસખસના દાણા જેવી ફાલ્કીઓ થાય છે તેને ખીલ કહેવાય છે. આ ઘણુંજ ખરાબ દરદ છે કારણ કે તે ફરી ફરીને થાય છે.

આ દરદ થાય કે તરતજ દવા દરવી જોઈએ અને ફરીથી થાય નહીં માટે મટવા પછી પણ લાંબા દિવસ સુધી દવા ચાલુ રાખવી જોઈએ. આ દરદની શરૂઆતથીજ સારવાર કરવામાં ન આવે તો આ દરદ જામી જાય છે અને આંખને નીચે પ્રમાણે નુકસાન થાય છે:—

(૧) ખીલના દાણા ડોળા ઉપર ધસાવાથી, ડોળા ઉપર છારાઈ વળે છે, તેથી આંખની નજર અગડે છે, ખીલ મટે તોજ તે છારાઈ મટે છે, છારાઈ બહુ જામી ગઈ હોય તો દરદીને જીંદગીભર તેનું પરિણામ વેદનું પડે છે.

(૨) ઘણો વખત ખીલ રહે તો તેથી પોપચાંની કિનારી ડોળાની અંદર વળે છે, અને પાંપણોના વાળ ડોળા ઉપર ધસાય છે, તેને પરવાળાં કહે છે. પાંપણોના વાળ ડોળા ઉપર ધસાવાથી કાળા ડોળા ઉપર ડુલાં પડે છે, તે ડુલાં દિવસે દિવસે વધતાં જાય છે, અને છેવટે આખો કાળો ડોળો રહેદ થઈ જાય છે અને દરદી હંમેશાં માટે આંધળો થાય છે.

(૩). કેટલાક દરદીને ખીલથી આંખનાં બન્ને પોપચાં અકડાઈ જાય છે અને આંખનો ડોળો બંધ થઈ શકતો નથી. જેટલો ભાગ ખુલ્લો રહે છે તેટલો ભાગ આંધળી બીંજતો નથી અને ડોળો નિસ્તેજ થઈ જાય છે,

તથા તે જગાએ સાપુના ફીણ જેવા સફેદ ડાઘ પડે છે, આવા દરદીઓને રાત્રે દેખાતું નથી, અને દરદ ઘણું વધી જાય છે તો આંખની નજર તદ્દન નષ્ટ થઈ જાય છે.

૩. નાસુરનું દરદ.

આંખનાં ખન્ને પોપચાંની વચ્ચે નાકની તરફનો ખૂણો છે ત્યાં નાસુરનું દરદ થાય છે. આ જગાએ આંખના આંસુના પ્રવાહનો માર્ગ આવેલો છે, તે જગાએ ચામડી નીચે એક નાનું ગુમકું થઈ તેમાંથી હંમેશાં પડ વહાં કરે છે તેથી આંખ મંદી રહે છે તથા અનુકુળ સંજોગો મળવાથી નાસુરને લીધે ખીજાં અનેક પ્રકારનાં ચેપી દરદો આંખના ડોળા ઉપર થાય છે, જેના પરિણામે આંખની નજરને ઘણું નુકસાન પહોંચે છે, માટે આ રોગને પણ ઉગતો જ છેલ્લો ઘટે છે.

૪. વેલનું દરદ.

આંખના ડોળા ઉપર નાકની બાજુના ખૂણામાંથી એક સફેદ પડ ચડતું આવે છે. તે ધીમે ધીમે સામેના ખૂણા તરફ વધતું જાય છે. આને વેલનું દરદ કહે છે. તેના પરિણામે મોડા વહેલા આંખની ઠીકી તથા આંખો કાળો ડોળો

તે પડથી ઢંકાઇ જાય છે. આ દરદમાં જ્યારે કીકી વેલથી દયાઇ જાય છે ત્યારે દરદીને દેખાતું અંધ થાય છે. આ દરદનો ઇલાજ કરવામાં આવે તો દરદીની નજર જેવી હોય તેવી પાછી થાય છે.

૫. ફલીકટી ન્યુસર કંજકટી વાઈટીસ.

આંખના સફેદ ડોળા ઉપર કાળા ડોળાની કિનારી પાસે જરના દાણા જેવડી ફેલીઓ થાય છે, આવી ફેલી એક અથવા એકથી વધારે પણ થાય છે, કોઈ કોઈ વખત કાળા ડોળા ઉપર પણ આવી ફેલી થાય છે જ્યારે કાળા ડોળા ઉપર આ દરદ થાય છે ત્યારે તેમાંથી વાવણાં થાય છે, ને તેના પરિણામે આંખને ઘણું નુકશાન પહોંચે છે. આ એવી દરદ છે, અને વિશેષે કરી નયના શરીરવાળાને થાય છે. આ દરદનો વેળાસર ઉપાય કરવામાં આવે તો આંખને કંઈ પણ નુકશાન થવાનો ભય રહેતો નથી.

૬. વાવણાં તથા પુલાંનું દરદ.

આ દરદ અનેક કારણોથી થાય છે. આગળ બતાવ્યા પ્રમાણે ખીલના દરદથી અગર તો પાંપણના વાળ

ડોળા ઉપર ઘસાવાથી વાવણાં પડે છે; અથવા બાહ્ય પદાર્થ જેવા કે કચરો, કોઝસો, તણખડું વિગેરે આંખમાં પડવાથી અથવા આંખ દુખવા આવી હોય અને ખેચાર દિવસ બંધ રહે તો વાવણાં (ચાંદી) પડે છે આ ચાંદી રૂઝાય છે ત્યારે તે જગાએ સફેદ ડાઘ રહે છે તેને ડુલું કહેવાય છે. ડુલું જ્યાં સુધી ચાંદીના રૂપમાં હોય છે ત્યાં સુધી તે ધણુંજ બચાંકર દરદ છે. આંખનો કાળો ડોળો તે ચાંદીથી દિવસે દિવસે ખવાતો જાય છે. જ્યારે કાળા ડોળાનું આખું પડ ખવાઈ રહે છે ત્યારે કીકી ડુગી જાય છે અને માણસને જાંદગી સુધી અંધારો વેડવો પડે છે. કુલાંના મુખ્ય બે પ્રકાર છે, એક સાદું ડુલું અને બીજું પરવાળું ડુલું:—

(૧) સાદું ડુલું-આમાં ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણે બનાવ બને છે.

(૨) પરવાળું ડુલું-આમાં શરૂઆતથીજ કીકી આગળ પર જામેલું હોય છે. આ ડુવાની ચાંદીથી કાળો ડોળો પૂરેપૂરો ખવાઈ જાય તો માણસ, સદાને માટે અંધજો થાય છે એટલુંજ નહીં પણ આંખનો ડોળો પાકી જાય છે અને આખો ડોળો કાઢી નાખવો પડે છે

ઉપર જણાવેલાં દરદો એવાં છે કે તે દરદો મટે નહી

ત્યાં સુધી દરદીની આંખને મોડા વહેલા ભારે નુકશાન થવાનું જોખમ જીંદગી પર્યંત રહે છે. માટે આ દરદોને શરૂઆતથીજ નાનુદ દરવાની અમારી ખાસ બલામણુ છે.

૭. મોતીઆનું દરદ (કેટેરેકટ),

આગળ જણાવેલાં દરદો કીકીની બહારના ભાગનાં છે. તેમાંનાં ઘણાંખરાં નજરે જોઇ શકાય છે. મોતીઆનું દરદ કીકીની અંદરના ભાગમાં થાય છે કીકીની પાછળ આંખનું રતન આવેલું છે. તેમાં પાણી જમી જવાથી તે રતન આંખું પડી જાય છે ત્યારે તેનો દેખાવ સાચા મોતી જેવો હોય છે તેથી તેને મોતીઓ કહે છે. આ મોતીઓ આંખમાં પ્રવેશ કરતા તેજને આડ કરે છે, તેથી દરદીને દેખાતું નથી. એ મોતીઆને બહાર કાઢી નાખવાથી બહારનો પ્રકાશ આંખમાં જવાનો રસ્તો ખુલ્લો થાય છે, તેથી દરદી ફરીથી દેખતો થાય છે. શરૂઆતમાં મોતીઆનું દરદ ને ઝામરાનું દરદ ઘણાંજ મળતાં આવે છે. તે અરસામાંજ આંખના ડાકટર પાસે બરાબર તપાસ કરાવી દરદનું નિરાકરણ કરાવવું અમત્યનું છે. તપાસ કરાવતાં મોતીઆનું દરદ જણાઇ આવે તો મોતીઓ પાકે ત્યાં સુધી આંખ

સારે સારી રહે તો કોઈ પણ ઉપચાર કરવાની જરૂર રહેતી નથી. પણ દરદ જામરાતું છે એમ નક્કી થાય તો જેમ બને તેમ જલદીથી આંખના ડાક્ટરના બતાવ્યા પ્રમાણે ઈલાજ કરવા જોઈએ. નહિ તો જોડેલો વખત આગસમાં જાય છે તેટલું નુકશાન દરદીને વેઠવું પડે છે. પાકેલો મોતીઓ વખતસર ન કિતરાવવાથી નીચે પ્રમાણે નુકશાન થાય છે:-

(૧) પાકી ગયેલો મોતીઓ દિવસે દિવસે ફુલતો જાય છે, તેથી આંખની કીકી ઉપર સોજો આવે છે, અને તેમાંથી કળતર ઉપડી આંખ ગળી જાય છે, તેના પરિણામે દરદીને હંમેશ માટે અંધાપો વેઠવો પડે છે.

(૨) પાકી ગયેલો મોતીઓ દિવસે દિવસે ફુલતો જાય છે, તેથી આંખના ડોળાની અંદરનું દ્રવ્ય (ટેન્શન) વધતું જાય છે, તેથી જામરાતું દરદ થઈ આવે છે અને આંખની પાયમાલી થાય છે, માટે મોતીઓ પાક્યા પછી કિતરાવવામાં ઠીક કરવી તે ઘણું જ જુલભરેલું છે.

૮. ઝામરાનું દરદ,

આ ઘણુંજ ભયંકર દરદ છે, આ દરદમાંથી બચવા માટે નીચે લખેલી બાબતો ઉપર ખાસ ધ્યાન આપશો:—

આંખના ડોળામાં હ મેશાં એક્વીઅસ (Aqueous) નામનું પાણી ફર્યા કરે છે. તે પાણીને ફરી વળવાનો માર્ગ બંધ થઈ જવાથી આંખના ડોળામાં દબાણ (Tension) વધી જાય છે. તેના પરિણામે ઝામરાનું દરદ થાય છે. શરીરના રોગોમાં જેમ ક્ષયરોગ મહા ભયંકર દરદ છે, તેજ પ્રમાણે આંખનાં દરદોમાં ઝામરાનું દરદ પણ ઘણું ભયંકર છે. જેમ ક્ષયનું દરદ વારસામાં ઉતરતું આવે છે તેમ ઝામરાં પણ વારસામાં ઉતરી આવે છે. આ જન્મે દરદો એવી શુદ્ધ રીતે શરૂ થાય છે કે તે દરદો અમુક અંશે જામી જાય ત્યાં સુધી દરદી પોતે સમજી શકતો નથી કે પોતે આવા ભયંકર દરદમાં ઘેરાયો છે. છતાં પણ દરેક માણસ પોતાના શરીરની તેમજ આંખની આરોગ્યતા વિષે કાળજી રાખે તો આવાં દરદો પણ શરૂઆતથી જાણમાં આવે છે, જેમકે ક્ષયના દરદીને શરૂઆતમાં કોઈ પણ વ્યધિ જણાયા વગર થોડું સરખું કામ કરવાથી થાકી જવાય છે અગર

તો શ્વાસ ચઢી આવે છે, અથવા તો કોઈ પણ વ્યાધિ જણાયા વગર પોતાનું શરીર સુકાતું જાય છે અગર તો પોતાનું લોહી ફીકું પડી જાય છે એ ઉપરથી તે દરદી ડાક્ટરની સલાહ લે છે અને શરીરની તપાસ કરાવતાં ક્ષયનું દરદ માલુમ પડી આવે છે. તેજ પ્રમાણે જામરાના દરદીને પણ શરૂઆતથી આંખમાં કોઈ પણ વ્યાધી જણાયા વગર પોતાની આંખની નજર ઝાંખી થતી હોય અથવા ધુમાડા વગત! હોય તેવું માલુમ પડે છે. આ સ્થિતિમાં જો તે આંખના ડાક્ટરની સલાહ લે છે તો આંખની તપાસ કરવાથી તેનું જામરાનું દરદ માલુમ પડી આવે છે. ક્ષયના તથા જામરાના દરદીઓ આ પ્રમાણે શરૂઆતથી પોતાનાં દરદોની દરકાર કરી તે વિષે યોગ્ય સલાહ લેઈ વેળાસર સારવાર કરાવે તો તે દરદોનો અવશ્ય નાશ થાય છે અને દરદી સુખી થાય છે.

જેમ જેમ જામરાનું દરદ વધતું જાય છે તેમ તેમ કેટલાક લોકોને આંખમાં તથા માથામાં કળતર પણ થાય છે, અને આંખનો ડોળો લાલ થાય છે. આ કળતર કેટલાકને હંમેશાં કાયમ રહે છે તથા કેટલાકને થોડા થોડા દિવસના અંતરે ઉપડી આવે છે. એમ થતાં થતાં દિન

પ્રતિ દિન આંખનું તેજ ઘટતું જાય છે અને મોડો વહેશે દરદી આંધળો થાય છે, માટે આંખનું તેજ ધરી જાય તે પહેલાંજ આંખના ડાક્ટરની સલાહ લઈ તેમના બતાવ્યા પ્રમાણે ઇલાજ કરાવવા જોઈએ, તો આંખ બચી શકે છે.

કેટલાક દરદીઓ પોતાની આંખે જાંખ પડવાથી પોતાને જામરો હશે તેમ ધારીને તેઓ જામરાનો દોરો મંતરાવી પોતાના ગળામાં બાંધી રાખે છે, અને તેઓ માને છે કે આ દોરો બાંધવાથી તેમને જાંમરો થશેજ નહીં. તેવું માની આવા બુઝાવામાં પડી દંધપણુ ઇલાજ કરાવતા નથી. જામરાનો ઇલાજ લાગુ પડવાનો જે અમૂલ્ય વખત હોય છે તે ગુમાવી બેસે છે અને આંધળા થાય છે.

અમારી પાસે જામરાના દરદથી આંધળા થએલા કેટલાએ દરદી સલાહ લેવા આવી ગયા છે તે દરેકના ગળામાં ઉપર કલા પ્રમાણે જામરાનો દોરો બાંધેલો હોય છે, છતાં અફસોસ છે કે તેઓ જામરાના દરદથીજ આંધળા થએલા હોય છે માટે અમારી ખાસ સલાહ છે કે તેઓ જામરાનો દોરો બંધે બાંધે, પરંતુ તેની સાથેજ આંખના ડાક્ટરની સલાહ લઈ તેમના બતાવ્યા પ્રમાણે ઇલાજ કરાવવામાં આવે તો બિબ્ધમાં આંધળાની સંખ્યામાં ઘણોજ ઘટાડો થઈ શકે તેમજ.

૯. આંખનો ડોળો ગળી જાય છે તે દરદ.

(આધરીડાસાઇ ક્લાઇટીશ)

આંખમાં કોઈપણ ખાલ પદાર્થ વાગવાથી, અથવા તે પદાર્થ વાગીને આંખની અંદર તેનો કંઈ પણ ભાગ રહી જાય અને તે કાઢવામાં આવે નહીં તો આ દરદ થાય છે. આંખનાં બીજાં ચેપી દરદોનો ચેપ અંદર ફેલાવાથી પણ આ દરદ થાય છે. તે ઉપરાંત શરીરનાં કટલાંક દરદોને લીધે પણ આંખમાં આ દરદ થાય છે. તેમાં શરૂઆતથી આંખમાં કળતર થાય છે અને લાલાશ રહે છે. કીકી ઉપર સોઝો આવી જવાથી કીકી ખંઘાઈ જાય છે. અને નજરમાં આંખમાં ઝુઝાં વળે છે અને દિવસે દિવસે આંખના ડોળાની અંદરનું દબાણ (Tension) ઘટતું જાય છે. અને આંખના ડોળાના તમામ પડદાઓના ચેતનનો નાશ થાય છે. તેથી માણસ આંધળો થાય છે એટલુંજ નહીં પણ આંખો ડોળો ગળીને બેસી જાય છે.

જે દરદીને ખાલ પદાર્થ આંખમાં રહી જવાથી આ દરદ થયું હોય તેણે જે આંખ ખગડેલી હોય તે આંખનો ડોળો કઢાવી નાખવો જોઈએ, જે તે ડોળો કઢાવવામાં ન

આવે તો ખીજ આંખ પણ મોડા વહેલાં તેજ પ્રમાણે
બગડી જાય છે.

આંખના દરદીઓને સામાન્ય સુચના,

૧. દરદીએ પોતાનાં કપડાં સ્વચ્છ રાખવાં જોઈએ, અને
સ્વચ્છ હવાવાળી તથા સાધારણ અજવાળાવાળી
જગ્યામાં રહેવું જોઈએ.
૨. દરદવાળી આંખને હાથ લગાડવો નહીં. પાણી આવે
તો સ્વચ્છ રૂમાલથી તે પાણી ચૂસાવી લેવું પણ
આંખને ખીલકુલ મસળવી નહીં. આંખને મસળવાથી
દરદ વધે છે તથા કુણાં પડવાનો ભય રહે છે.
૩. આંખના રક્તણુ માટે લીલા રંગના ચશ્મા પહેરવા
જોઈએ; એક આંખે પાટો હોય તો ખીજ આંખ
જોર પડોંચે તેવું કામ કરવું નહીં. કારણ કે તે
કરવાથી બન્ને આંખને સરખુંજ જોર આવે છે.
૪. આંખના દરદીએ હલકો ખોરાક પોતાને સુતાં સુતાં
પચી શકે તે પ્રમાણમાં જ ખાવો જોઈએ.

૫. દરરોજ પોતાને દસ્ત (ઝાડો) સાફ ઉતરવો જોઈએ. ઝાડાની કચ્છાતથી આંખના દરદોને ધણુંજ તુક-સાન થાય છે. માટે આ બાબત ધણી કાળજી રાખવી જોઈએ.
૬. આંખ શિવાય શરીરનાં ખીન્ન દરદો જેવાં કે, નાક, કાન, દાંત, ગળું, આંતરડાં ગુદાં વિગેરે ભાગનાં દરદોથી પણ આંખમાં જત જતનાં ભયંકર દરદો થાય છે, માટે તે વિષે પણ બહુ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે.
૭. કેાઇ પણ કારણથી આંખના ડાળામાં દુખાવો અથવા કળતર થાય તો વખત ગુમાવ્યા વગર આંખના ડાક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ.
- ન્યારે આંખની નજરમાં આંખ માલુમ પડે ત્યારે તુરતજ આંખના ડાક્ટરની સલાહ લેવી જોઈએ.



